

---

## Лекція 4. ЦІЛІ, МОТИВАЦІЯ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА СТРУКТУРА СИСТЕМИ СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ

---



1. Цілі і мотивація до рухової активності.
2. Структура системи спорту для всіх

### 1. Цілі і мотивація до рухової активності

Між індивідуальними та соціальними інтересами існує діалектичний взаємозв'язок, вони впливають один на одного: соціальні інтереси виступають як узагальнення індивідуальних, а формування та задоволення індивідуальних інтересів здійснюється з урахуванням соціальних. Відповідно до гуманістичної доктрини суспільного розвитку, держава її інтереси повинні слугувати розвитку особистості, а не особистість має ущемлятися заради державних інтересів, її ідеології, досягнення нею удаваної величі та могутності. На основі проведеного теоретичного дослідження інтересу людини до рухової активності та відповідно до обґрунтованої концепції гуманізації процесу залучення населення до рухової активності зроблено висновок, що **проміжними цілями** для досягнення мети системи спорту для всіх є *формування інтересу людини до рухової активності та наявність можливостей для підтримання та задоволення цього інтересу.*

Формування інтересу людини до рухової активності як усвідомленого мотиву відбувається через пізнання та розуміння значущості відповідних індивідуальних та соціальних причин такої діяльності. Для появи у людини пізнавального потягу (бажання) здійснювати рухову активність під час дозвілля для зміцнення здоров'я необхідно досягти таких первинних цілей (відповідно до номерів на рисунку 1):

- 1 - забезпечення інформованості населення про користь рухової активності;
- 2 - здійснення пропаганди різних форм та видів спорту для всіх.

Особа, яка усвідомила потребу у руховій активності, практично завжди знаходить можливості для її задоволення. Основою формування інтересу є потреба, яка актуалізується у процесі предметної діяльності. І саме в процесі виконання цієї діяльності відбувається формування та закріплення певного інтересу.

*Регулярне задоволення потреби, яке супроводжується утіхою, створює позитивне ставлення (інтерес) до діяльності, що задовольняє потребу.*

*Тільки одна зацікавленість у результаті діяльності за відсутності приємних переживань (задоволення, радості) спричиняє зникнення (згасання) інтересу. Негативні емоції спонукають людину уникати ситуацій та людей, які приносили або можуть принести їм непріємні переживання. Отже, в ході рухової активності людини негативні емоції згубно впливають як на її бажання, так навіть і на переконання продовження подальших відповідних занять.*



Рисунок 1 — "Дерево цілей" системи спорту для всіх\* (М.В.Дутчак, 2009),

\*пояснення в тексті.

Крім позитивних емоцій важливе значення для формування інтересу до рухової активності під час дозвілля для зміцнення здоров'я мають добровільність та вільний вибір людиною форм та видів спорту для всіх, а також інші складові обґрунтованої нами концепції гуманізації процесу залучення населення до рухової активності.

Створення можливостей для підтримання та задоволення інтересу людини до рухової активності передбачає такі первинні цілі системи спорту для всіх (відповідно до номерів на рисунку 1):

3 - оптимальне планування кожною людиною свого вільного часу та передбачення в ньому часу для рухової активності з метою зміцнення здоров'я;

4 - володіння кожною людиною комплексом спеціальних знань та вмінь ефективного використання рухової активності для зміцнення здоров'я під час самостійних занять та занять у неформальних групах;

5 - формування та дотримання соціальних стандартів рівня забезпеченості населення доступними спортивними спорудами, професійними кадрами і волонтерами;

6 - проведення соціального моніторингу рівня залучення населення до рухової активності та оцінки рівня фізичного здоров'я населення;

7- запровадження технологічних пристроїв для об'єктивного вимірювання рівня рухової активності людини (крокоміри, аксерометри тощо);

8- організація масових спортивних заходів та фестивалів;

9- розгалужена мережа закладів, установ та організацій із надання фізкультурно-оздоровчих послуг;

10 - заохочення до фізично активних способів пересування (ходьба, їзда на велосипеді);

11 - здійснення міського планування і будівництва, яке б створювало умови та спонукало до рухової активності.

Запропонована декомпозиція цілей системи спорту для всіх дозволяє, на нашу думку, класифікувати та систематизувати їх на основі внутрішнього взаємозв'язку та ієрархічного принципу.

## 1. Структура системи спорту для всіх

Слово "структура" походить від латинського *structura*, що перекладається як побудова, розміщення та трактується в такому значенні: внутрішня будова і зв'язок складових частин чого-небудь. Структура системи спорту для всіх передбачає функціонування сукупності елементів, що певним чином пов'язані між собою та впливають один на одного (рис.2).

Головним елементом структури системи спорту для всіх, її суб'єктом та об'єктом є людина. Як уже зазначалось, людина є носієм потреби та інтересу до рухової активності. Цей атрибут соціального вияву виступає системоутворюючим компонентом системи спорту для всіх, який визначає характер зв'язків всередині системи. В економічному сенсі людина є споживачем послуг, що надаються фахівцями та організаціями спорту для всіх.

Інші елементи (суб'єкти) системи спорту для всіх функціонують заради реалізації інтересу людини до рухової активності шляхом задоволення її потреб у фізкультурно-оздоровчих та спортивних оздоровчих послугах. їх доцільно розподілити **на три групи**:

**перша** - суб'єкти, які організують та здійснюють заходи із залучення людини до рухової активності, — це спортивні клуби оздоровчої спрямованості різних форм власності та організаційно правових форм, фізкультурно-оздоровчі заклади (фітнес-центри, SPA-центри, комплекси, школи, студії тощо), центри фізичного здоров'я населення, фізкультурно-спортивні товариства, спортивні федерації (асоціації, спілки тощо).

**друга група** - суб'єкти, які сприяють залученню людини до рухової активності, — це спортивні споруди, рекреаційні парки, бази відпочинку та інші місця для рухової активності людини; вищі навчальні заклади, в яких готують фахівців відповідної кваліфікації; наукові установи, де досліджуються проблеми функціонування та розвитку системи спорту для

всіх; медичні установи (дозвіл на заняття, медичний контроль та супровід занять); засоби масової інформації, які розповсюджують відповідні освітні, пропагандистські та рекламні повідомлення; підприємства та організації спортивної індустрії, що забезпечують виробництво та реалізацію спортивного і туристичного обладнання та інвентарю, спортивної екіпіровки та взуття, а також їх прокат.



**Рис. 2.** Структура системи спорту для всіх (М.В. Дутчак, 2009).

**третья группа** - суб'єкти, які забезпечують управління взаємодією перерахованих вище суб'єктів системи спорту для всіх, - це органи державного управління та місцевого самоврядування у сфері фізичної культури і спорту, а також органи управління розвитком окремих видів спорту або фізкультурно-спортивної діяльності (спортивні федерації, асоціації, союзи, фізкультурно-спортивні товариства).

Взаємодія між людиною та іншими суб'єктами системи спорту для всіх стає можливою завдяки реалізації спеціальних програм.

У результаті узагальнення передового світового досвіду визначено такі види спеціальних програм:

- спортивні;
- фітнес-програми;
- рекреаційні.

У процесі реалізації вказаних програм людина вступає у прямі безпосередні зв'язки з суб'єктами, що належать до перших двох груп, виступаючи у ролі споживача послуг, які надаються ними. При цьому важливо зауважити, що людина виявляє себе не як пасивний об'єкт зовнішнього впливу з боку фахівців спорту для всіх, а як активний учасник програм.

З одного боку, беручи участь у програмах, людина може скоригувати свої потреби, зміцнити або послабити свій інтерес до рухової активності. З іншого боку, вона впливає на зміст діяльності інших суб'єктів системи спорту для всіх. Зміна попиту на фізкультурно-оздоровчі та спортивно-оздоровчі послуги та підвищення вимог людей до їхньої якості змушує фахівців та організації спорту для всіх вдосконалювати свою діяльність, вносити зміни до діючих програм, а також впроваджувати нові програми. Таким чином створюється внутрішній механізм її постійного розвитку, який стосується системи спорту для всіх.

Органи управління як структурна ланка системи спорту для всіх виконують функції, що мають створити необхідні умови для забезпечення якомога повнішої реалізації інтересу людини до рухової активності. Широкі можливості у цьому плані мають органи державного управління. В умовах ринкових соціально-економічних систем їхній регулюючий вплив на діяльність суб'єктів спорту для всіх може розгортатися за трьома напрямками: 1) регулювання рівня якості фізкультурно-оздоровчих та спортивно-оздоровчих послуг; 2) регулювання рівня попиту на фізкультурно-оздоровчі та спортивно-оздоровчі послуги; 3) регулювання пропозицій фізкультурно-оздоровчих та спортивно-оздоровчих послуг.

Оскільки система спорту для всіх є відкритою соціальною системою, то усі її елементи постійно перебувають під впливом зовнішнього соціального середовища. Так, процес формування інтересу людини до рухової активності обумовлюється специфікою соціально-політичних, економічних і культурних чинників, що діють у тій або іншій країні.

Цими самими чинниками обумовлюється й поведінка інших суб'єктів спорту для всіх. Зокрема, визначається ставлення суспільства до гуманістичних ідей, що реалізуються за допомогою спорту, модель розвитку системи спорту для всіх, характер нормативно-правової бази, форми впливу суспільства (держави) на систему спорту для всіх та її окремі елементи, обсяги ресурсів, які суспільство може надавати організаціям, причетним до реалізації завдань спорту для всіх, рівень зацікавленості представників бізнесу в інвестуванні програм, що реалізуються суб'єктами спорту для всіх тощо.

### **Питання для повторення пройденого матеріалу:**

- 1) Відповідно до гуманістичної доктрини суспільного розвитку, що повинна забезпечувати держава?
- 2) Якими є проміжні цілі для досягнення мети спорту для всіх?
- 3) Що спричиняє зникнення (згасання) інтересу людини до рухової активності?
- 4) Що є головним елементом структури системи спорту?
- 5) Які елементи належать до суб'єктів системи спорту для всіх першої групи?
- 6) Які елементи належать до суб'єктів системи спорту для всіх другої групи?
- 7) Які елементи належать до суб'єктів системи спорту для всіх третьої групи?
- 8) Які види програм є елементами системи спорту для всіх?
- 9) Що створює внутрішній механізм її постійного розвитку системи спорту для всіх?
- 10) Які функції виконують органи управління як структурна ланка системи спорту для всіх?

### **Рекомендована література**

1. Товт В.А. Теорія і практика національної системи спорту для всіх / Навчальний посібник / Укладачі: В.А.Товт, В.Я.Сусли. - Ужгород: ПП «Данило С.І.»2017 – С. 25-30.
2. Основи теорії спорту для всіх. Метод. Посібник/Товт В.А., Ляховець Л.О., Ляховець-Булеца К.М., Степчук Н.В.. – Ужгород: "Говерла", 2014. – С. 32-37.